高いところへ
避難すること!!

津波ハザードマップ

浜田市

津波ハザードマップについて

津波ハザードマップについて

この津波ハザードマップは、大規模地震が起きて津波が発生した場合、どの区域がどの程度浸水する恐れがあるのか、島根県が作成した津波シミュレーションを利用し、浸水の恐れがある地域及び最大の浸水の深さを表示するとともに、海抜5ｍ以上の区域を示し、津波が発生した際の避難に役立てて頂くものです。

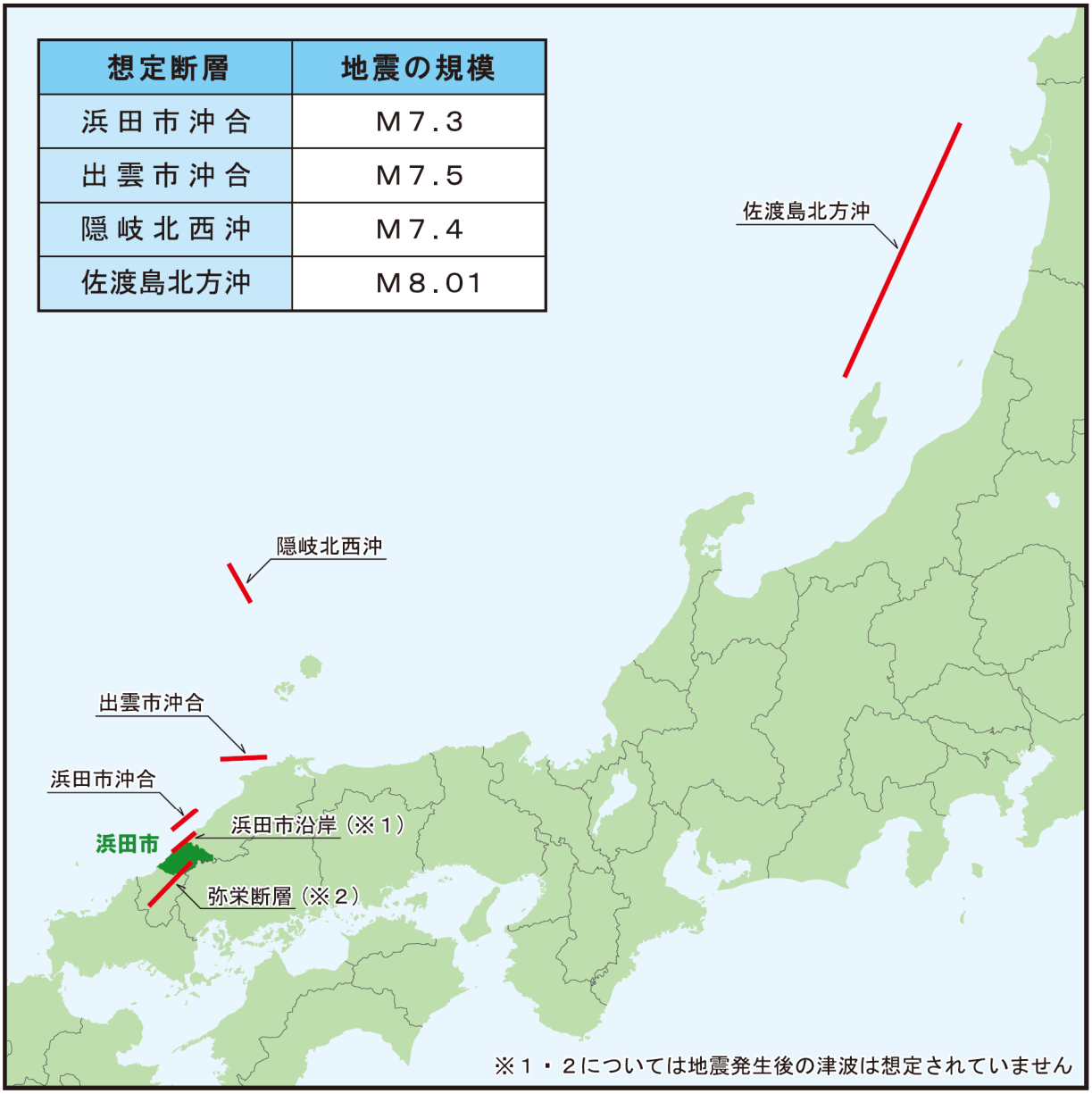
表示している浸水地域及び浸水の深さは、シミュレーションによるものです。想定を超える地震の規模や潮位等によっては、これらの表示以外の所でも浸水等する恐れがありますので注意して下さい。

津波シミュレーションについて

■ 想定した断層の位置と地震の規模

島根県が作成したシミュレーションを使用しています。

想定断層	地震の規模
浜田市沖合	Ｍ7.3
出雲市沖合	Ｍ7.5
隠岐北西沖	Ｍ7.4
佐渡島北方沖	Ｍ8.01



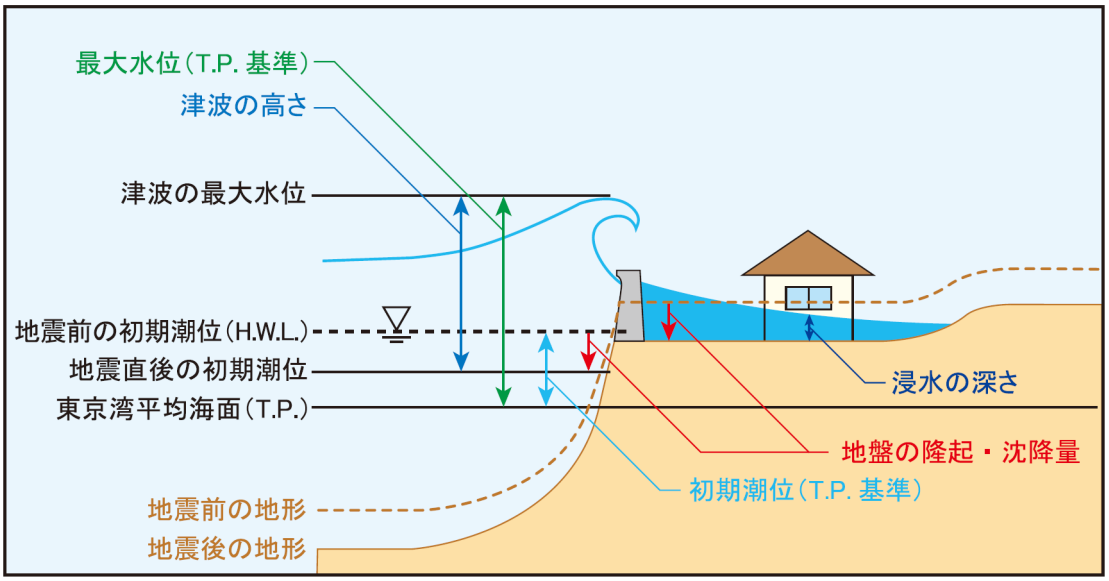
■ 浜田市における影響

想定断層	最大津波の地点	最大津波の高さ	最大津波の到達時間
浜田市沖合	浜田市久代町（国分久代海岸）	2.44m	10分
出雲市沖合	浜田市三隅町西河内（三隅港海岸）	1.50m	1時間57分
隠岐北西沖	浜田市三隅町岡見（須津漁港海岸）	1.94m	1時間15分
佐渡島北方沖	浜田市三隅町西河内（三隅港海岸）	3.20m	3時間31分

■ 最大の浸水の深さについて

●最大の浸水の深さは、各メッシュ（50m四方）の地盤高からの最大水位

●津波の高さ＝最大水位（T.P. 基準）－初期潮位（T.P. 基準）－地盤の隆起量



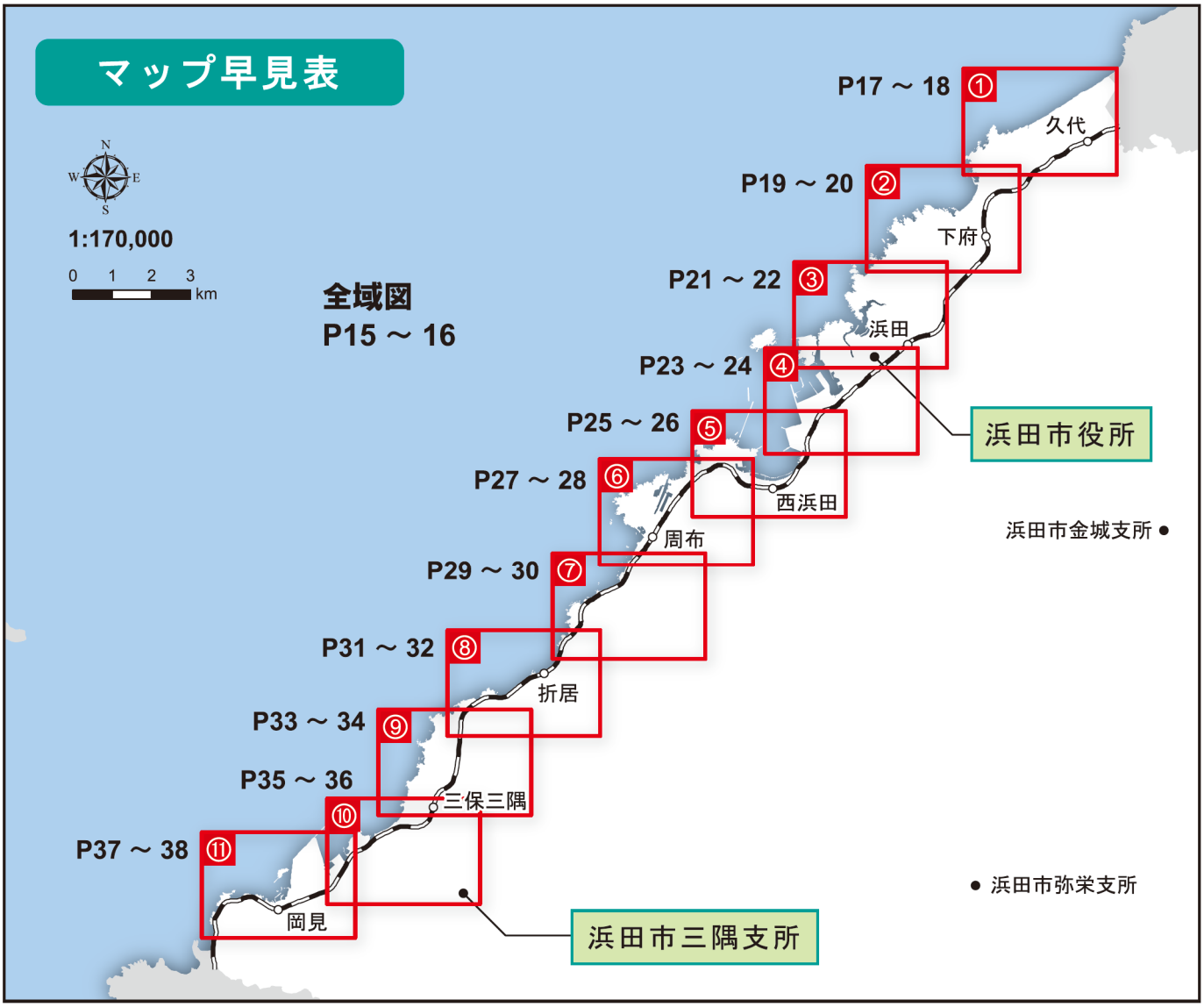
■ 避難の目安について

避難の目安として、海抜5m以上の区域を色で表示しています。

■ 津波ハザードマップにおけるメッシュデータについて

浜田市津波ハザードマップで示す浸水想定区域（50mメッシュ）は、想定される4つの地震のうち、最も高い津波が予想される佐渡島北方沖（M8.01）のシミュレーション結果を表示しています。

目　次



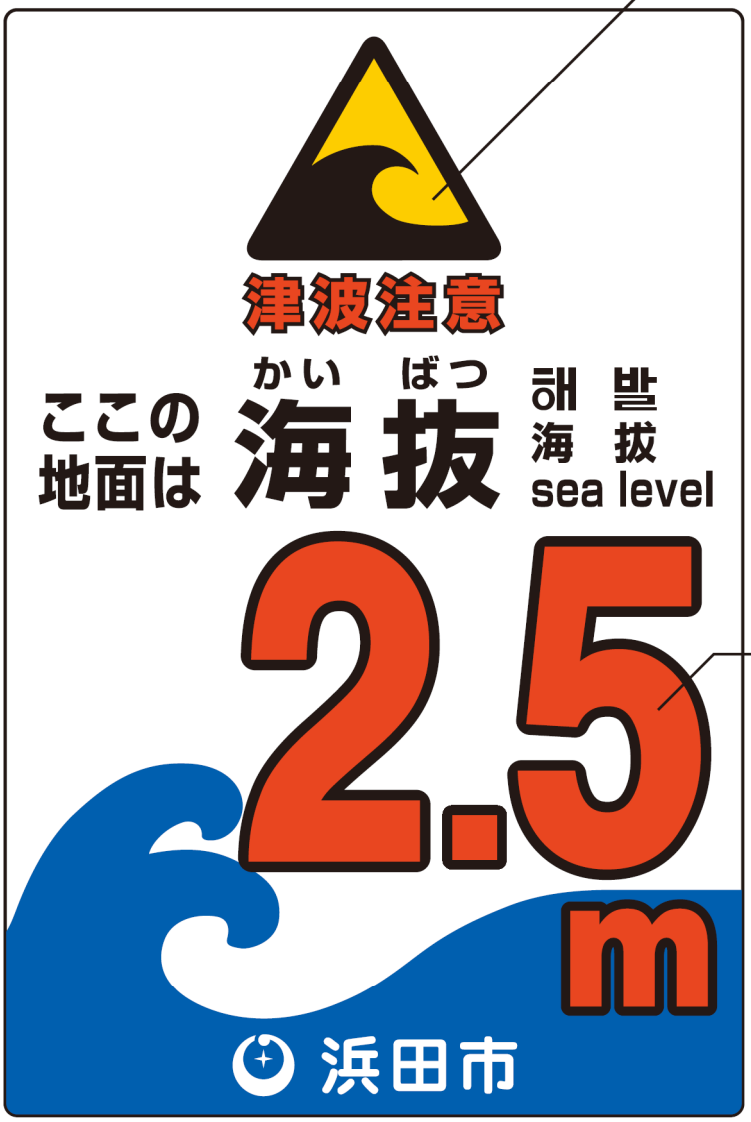
1. 海抜表示板について・・・・・・・・・・・・P 4
2. 地震・津波情報について・・・・・・・・・・P 5
3. 緊急地震速報について・・・・・・・・・・・P 6
4. J-ALERT・防災行政無線について・・・・・P 7
5. 浜田市防災防犯メールについて・・・・・・P 8
6. 緊急速報メールについて ・・・・・・・・・P 9
7. 地震が起きたらどうするか？・・・・・・・P10
8. 家具の転倒・落下防止をしましょう・・・・P11
9. 津波避難のポイント・・・・・・・・・・・P12
10. 家族で話し合っておきましょう・・・・・・P13
11. 応急手当の方法（心肺蘇生法）・・・・・・P14

1．海抜表示板について

日頃より津波に対する警戒及び啓発を図り、地域防災力の強化に資するとともに旅行者・滞在者並びに通行者に対しての避難支援に役立てていただくことを目的に電柱等に海抜表示板を設置しています。

■ 設置場所

沿岸部を中心に、海抜概ね10m以下の地域に設置しています。



国際標準化機構（ISO）によって
国際規格として制定されている
「津波注意」の図記号

地面の海抜数値を表示しています

■10m未満・・・0.5m単位
■10m以上・・・1.0m単位

※海抜とは、水準点を基準に測定した、その土地の高さのことです。

2. 地震・津波情報について

地震の後しばらくは、気象庁が発表する情報に注意！

■ 新しい津波警報･注意報の分類

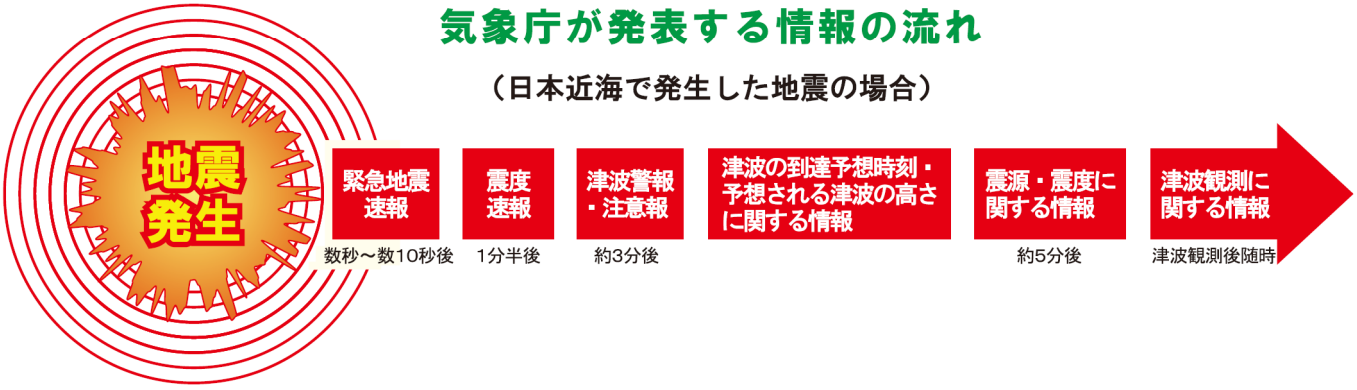
	予想される津波の高さ（発表基準）	巨大地震の場合の表現	とるべき行動
大津波警報	１０m超(10m＜高さ)	巨大	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。 津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。
大津波警報	１０m(5m＜高さ≦10m)	巨大	
大津波警報	５m(3m＜高さ≦5m)	巨大	
津波警報	３m(1m＜高さ≦3m)	高い	
津波注意報	１m(20cm≦高さ≦1m)	(標記しない)	海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。

※予想される津波の高さは、危機感を伝えるため、それぞれ発表基準の高い方の数値を発表します。

発表された高さ以上の津波が押し寄せる場合があります
なるべく高い場所に避難しましょう

気象庁が発表する情報の流れ

（日本近海で発生した地震の場合）



■ 情報の種類

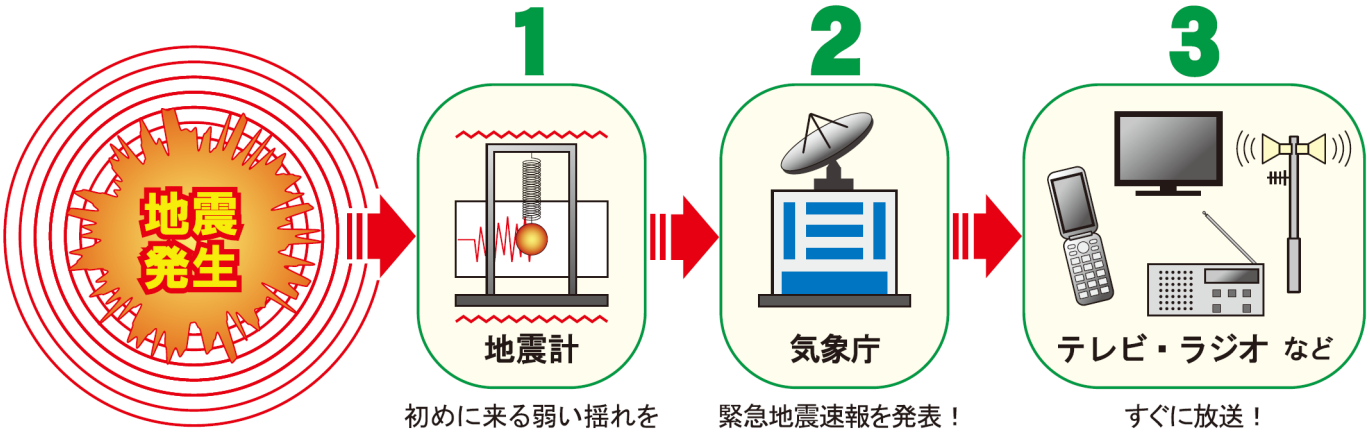
情報の種類	防災行政無線	防災防犯メール	緊急速報メール	テレビ・ラジオ
緊急地震速報	○	×	○	○
震度速報	○（震度5弱以上）	○	×	○
大津波警報 津波警報	○	○	○	○
津波注意報	○	○	×	○

■ 地震計の設置場所

自治区	設置場所	自治区	設置場所
浜田	庁舎敷地内、測候所敷地内 浜田市海の見える文化公園	弥栄	支所敷地内
金城	支所敷地内	三隅	支所敷地内
旭	支所敷地内		

3. 緊急地震速報について

緊急地震速報のながれ



初めに来る弱い揺れを即座にキャッチ！

緊急地震速報を発表！

すぐに放送！

緊急地震速報の音は、どんな時に鳴るの？

発表の基準

- 緊急地震速報は、地震により予想される震度が5弱を超えたときに発表され、テレビ・ラジオ・携帯電話・防災行政無線などで報知音が鳴ります。

ご利用について

- 余震が多発しているときなど、緊急地震速報を適切に発表出来ない事がありますが、速報が発表されるときには何処かで地震が発生していますので、身を守るように行動し強い揺れに備えて下さい。
- 速報が発表されていなくても、地震の揺れを感じたときは身を守る行動をして下さい。

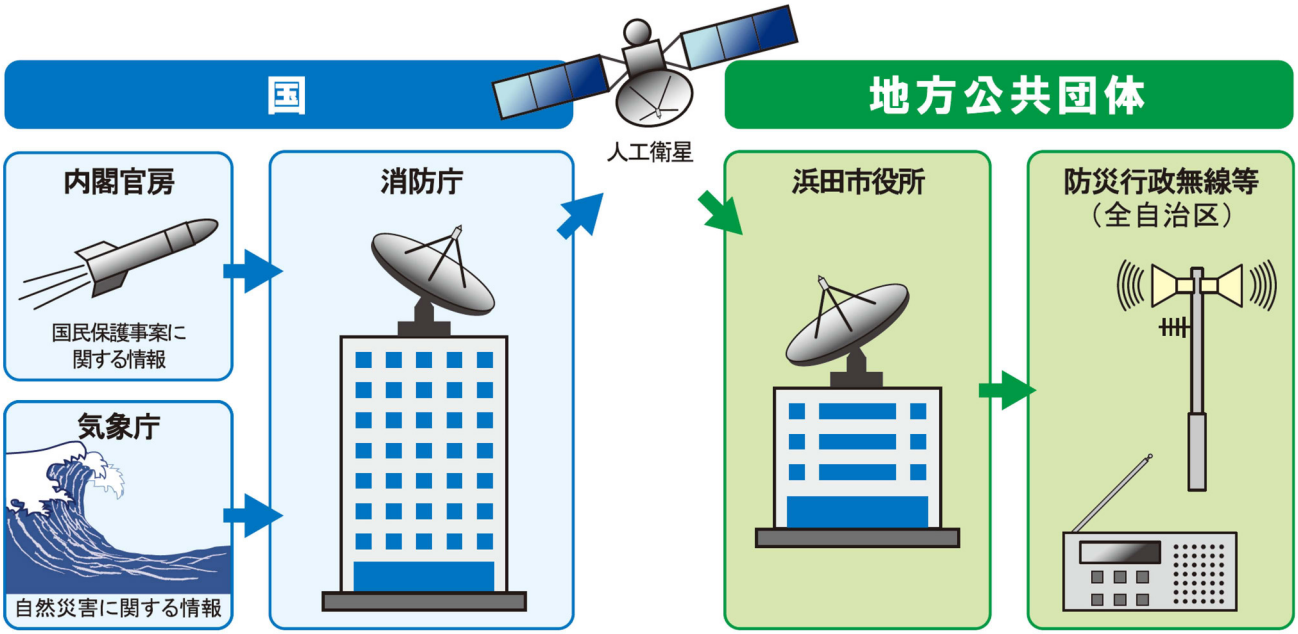
★ 震源に近い地域では速報の発表が揺れに間に合いません。
★ 速報の発表が遅れたり、発表出来ないときがあります。
★ 予想される震度は ±1程度の誤差があります。
★ 地震活動が活発なときなど、ほぼ同時に発生する複数の地震を区別出来ず、正しい内容で速報を発表出来ないときがあります。

緊急地震速報 利用の心得 普段から、家の耐震化や非常持出品の準備など、地震に備えましょう！

4. J-ALERT（ジェイ アラート）・防災行政無線について

全国瞬時警報システム（J-ALERT）とは

全国瞬時警報システム（J-ALERT）は、内閣官房からの武力攻撃情報や気象庁が発表する地震・津波情報などの緊急情報を、消防庁から人工衛星を経由して地方公共団体に送信し、人の手を介さず自動で市町村の防災行政無線を起動して、屋外スピーカーなどからサイレンと音声により市民に放送するシステムです。



防災行政無線等で放送する緊急情報の種類

放送する緊急情報は次の項目です。 家族や職場などで放送が流れたときの行動について確認しておきましょう。

自然災害に関する情報

- 緊急地震速報（推定震度5弱以上）
- 震度速報（震度5弱以上）
- 大津波警報
- 津波警報
- 津波注意報

など

有事情報に関する情報

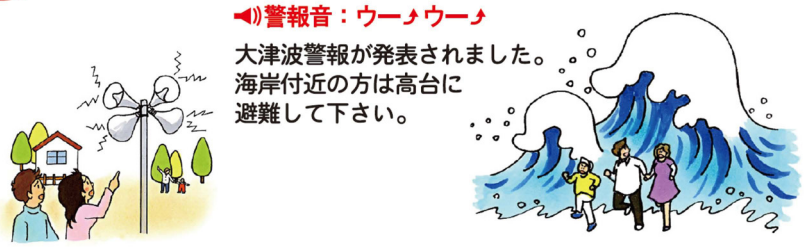
- ゲリラ等武力攻撃事態における情報
- 航空攻撃情報
- 弾道ミサイル攻撃情報
- 大規模テロ情報

放送例

大津波警報

警報音：ウーウー

大津波警報が発表されました。
海岸付近の方は高台に
避難して下さい。



緊急地震速報

警報音：ピロン ポロン
ピロン ポロン

緊急地震速報。
大地震です。大地震です。

注意事項

1. これらの情報は自動的に放送するシステムのため、昼夜を問わず24時間いつでも放送されます。
2. このシステムは、国のコンピューターが人の手を介さず自動的に発信するシステムですので、誤報などの可能性があります。
   その場合は、誤報（キャンセル）放送が流れます。
3. 緊急地震速報は、震源が近い時や直下型地震の場合は、速報が間に合わないため放送されません。

5. 浜田市防災防犯メールについて

配信する情報

気象情報
- ●大雨・洪水等気象警報
- ●津波警報
- ●津波注意報
- ●震度情報 など

防災危機情報
- ●避難指示の発令
- ●避難勧告の発令
- ●土砂災害警戒情報 など

防犯交通情報
- ●交通死亡事故情報
- ●防犯情報 など

メールはこんな時に便利！

- ● 海岸など情報の取得が困難な場所であっても、エリア内であれば気象情報などを受信でき、迅速な避難行動をとることができます。
- ● 放送は聞き逃したり内容を忘れてしまう事がありますが、メールは文字情報として保存性があるため、その心配がありません。

登録手順

スタート

hamada
@xpressmail.jp　どちらかで

空メール送信

送信しても返信がない場合

- ●登録用メールアドレスを確認する
- ●新着メールの問合せを実施する
- ●迷惑メール設定を確認する
- ●「@xpressmail.jp」からのドメイン許可
- ●URL付きメールの許可

登録できない場合は、購入した携帯ショップでお尋ね下さい

画面1（空メール送信画面）

From: hamada@xpressmail.jp
Sub: 浜田市防災防犯メール登録・変更

■利用規約
次のURLを選択してご確認ください。
http://www.xpressmail.jp/hamada/menseki.html

■登録・変更方法
次の URL を選択してください。
http://manage.xpressmail.jp/v/input?e=xxxxx%40xxxxxx.jp&c=001ae7

■解除方法
次のアドレスに空メールを送信してください。
hamada-d@xpressmail.jp

ここからが登録の始まりです

画面2（登録画面）

浜田市防災防犯メール
登録変更画面

■メールアドレス
xxxxxxxx@xxxxx.jp

■受信希望情報（必須）
□気象情報
□防災危機情報
□防犯交通情報

■気象情報
●警報・地震津波情報（必須）
次の気象情報を希望される方は、以下より配信情報を選択してください。
□高潮注意報
□竜巻注意情報

■お住いの自治区（必須）
―― 選んで下さい ――

確　認

次の登録エラーがでたら

画面3（確認画面）

浜田市防災防犯メール
登録内容確認画面

■メールアドレス
xxxxxxxx@xxxxx.jp

■受信希望情報
気象情報
防災危機情報
防犯交通情報

■気象情報
警報・地震津波情報
高潮注意報
竜巻注意情報

■お住いの自治区
○○自治区

確　認

画面4（完了画面）

浜田市防災防犯メール
登録完了画面

■メールアドレス
xxxxxxxx@xxxxx.jp

■受信希望情報
気象情報
防災危機情報
防犯交通情報

■気象情報
警報・地震津波情報
高潮注意報
竜巻注意情報

■お住いの自治区
○○自治区

以上の情報を登録しました。

戻るボタン選択

エラー1（自治区選択なし）

浜田市防災防犯メール
登録内容確認画面

お住まいの自治区が選択されていません。
入力画面へ戻って下さい。

エラー2（受信希望情報選択なし）

浜田市防災防犯メール
登録内容確認画面

受信希望情報を選択して下さい。
入力画面へ戻って下さい。

エラー3（自治区・受信希望情報選択なし）

浜田市防災防犯メール
登録内容確認画面

お住まいの自治区が選択されていません。
受信希望情報を選択して下さい。
入力画面へ戻って下さい。

※携帯アドレスを変更したら防災防犯メールの再登録をお願いします。

6. 緊急速報メールについて

緊急速報メールとは

携帯電話向けの災害情報伝達サービスで、浜田市に滞在する受信機能を持つ携帯電話に、緊急の防災情報をお知らせするものです。

緊急速報メールの特徴

- 専用着信音とポップアップ画面でお知らせし、素早い情報確認が可能です。
- 回線混雑の影響を受けずに受信することができます。
- 配信エリア内の対応携帯電話へ配信するため、市民だけでなく、通勤・通学や観光などで浜田市に滞在中の方も受信できます。
- 浜田市を単位に情報を配信します。
- 月額使用料・通信料は無料で、事前登録は不要です。
  （一部、受信設定が必要な機種があります）

※ 対応している携帯電話の機種、受信時の動作設定、受信できないケースについては、各携帯電話会社のホームページで確認して下さい。

ＮＴＴドコモの緊急速報「エリアメール」のホームページ
http://www.nttdocomo.co.jp/service/safety/areamail/

ソフトバンクの緊急速報メールのホームページ
http://mb.softbank.jp/mb/service/urgent_news/

ａｕの緊急地震速報のホームページ
http://www.au.kddi.com/notice/kinkyu_sokuho/jishin_sokuho/index.html

配信する情報

避難指示・津波警報・大津波警報・国民保護情報 等の緊急情報

緊急地震速報

気象庁が2007年10月1日よりサービスを開始した緊急地震速報は、携帯電話会社を問わず、サービスに対応する携帯電話に配信されます。

7．地震が起きたらどうするか？

地震が起きたとき冷静に行動するのは難しいものです。しかし一瞬の判断で生死を分ける事もあります。 地震が起きても落ち着いて行動するために、 次の行動パターンを覚えておきましょう。

地震発生

1～2分

- **落ち着いて、自分の身を守る**
  テーブルがあれば、その下にもぐる。余裕があれば、コンロの火を消しガスの元栓を閉める。

- **火元を確認し出火していたら消火**
- **家族の安全を確認**

3分

- **隣近所の安否を確認**
  一人暮らしの高齢者など、災害時要援護者がいる世帯には、積極的に声をかけて安否を確認する。火が出ていたら大声で知らせ、協力して消火をする。
- **余震に注意**
- **テレビ・ラジオなどで情報を確認**

- **靴を履きガラスの破片などから足を守る**
- **非常持出品を用意**

5分

津波・山や崖崩れの恐れがある区域は、すぐに避難する

5～10分

- **電話は出来る限り使用しない**
- **家屋倒壊などの危険がある場合は避難**
  ブロック塀やガラスに注意。

- **子供を迎えに行く**
  保育所（園）・幼稚園や小・中学校に子供を迎えに行く。自宅を離れるときには、行き先を書いたメモを目立つ場所に残す。

10分～数時間

- **生活必需品は備蓄でまかなう**
  災害発生から３日間は、被災地外からの応援は期待しない。
- **災害情報、被害情報の収集**
  市の発表に注意する。
- **壊れた家には入らない**

- **出火防止対策をする**
  ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切って避難する。
- **消火・救出活動をする**
  隣近所で協力しあって、消火や救出を行う。あわせて消防署などへ通報する。

～3日くらい

- **集団生活のルールを守り、助け合いの心をもつ**

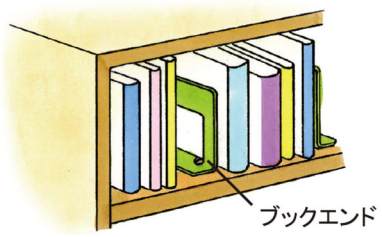
避難生活では

8. 家具の転倒・落下防止をしましょう

建物が無事でも、家具が転倒すると下敷きになってケガをしたり、室内に散乱することで、逃げ遅れてしまう恐れがあります。ケガを未然に防ぎ、安全な逃げ道を確保するためにも、家具の転倒・落下防止対策をしましょう。

収納を工夫

- 重い物は下に、軽い物は上に収納する。
- 本棚などは、隙間があればブックエンドで固定する等、なるべく空間を作らない。

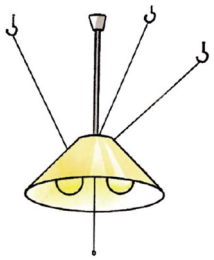


置き方を工夫

- 家具は、就寝場所に倒れてこない様に配置する。

照明器具の補強

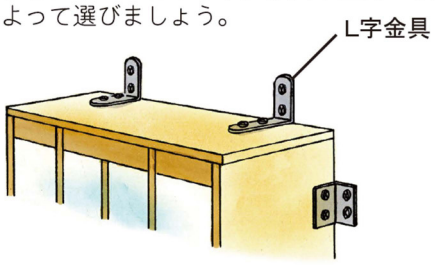
- 天井に直接取り付けるタイプの照明が安全です。
- 吊り下げ式のものは、鎖と金具を使って、数ヶ所留めて補強する。



耐震金具の利用

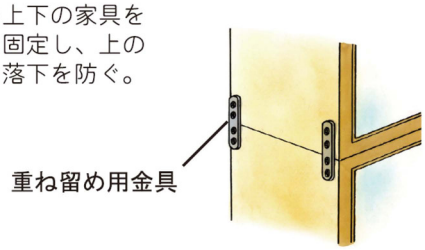
- **転倒防止金具**

  壁・鴨居などに固定するタイプと、床などに固定するタイプがあります。家具や室内の状況によって選びましょう。



- **重ね留め用金具**

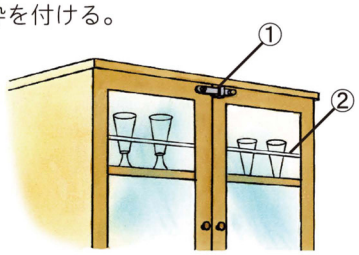
  重ねた上下の家具を金具で固定し、上の家具の落下を防ぐ。



- **開放防止金具と飛び出し防止枠**

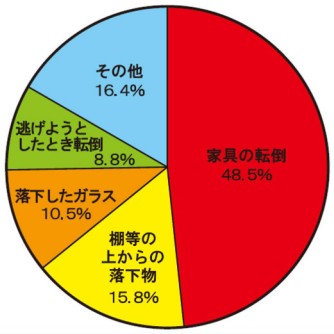
  ① 扉や引き出しが開かないように金具を付ける。

  ② 食器などの落下を防止するために棚板に滑り止めを敷いたり、木やアルミの棒で枠を付ける。



冷蔵庫などの家電製品には、専用の転倒防止金具が用意されている場合もあるので、取扱説明書をご確認下さい。

阪神・淡路大震災でケガをした人の原因



（神戸市消防局調査より）

9. 津波避難のポイント

津波の特徴

津波の到達までの時間はわずかです

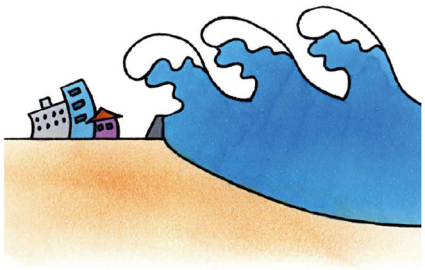
日本海中部地震の震源から島根県までの距離は約700kmありましたが、津波は地震発生から約1.5時間後には島根県沿岸に到達しました。仮に、島根県の沖合いで地震が発生すると、場所によっては短時間で到達することが予想されます。

津波は膨大なエネルギーです

普通の波（波浪）と違い、津波は海底から海面までの海水全体が『巨大な水のかたまりと』となって押し寄せてきます。
５０ｃｍの津波でも立っていられなくなり、１ｍを超えると家屋に被害が出始めます。

津波は何度も繰り返し襲ってきます

津波は、長い場合は１日以上にもわたって何度も繰り返し襲ってきます。また、第１波が最大とは限りません。



海辺以外でも注意が必要です

津波は陸地や川を遡上します。海辺以外の場所でも津波警報・注意報に注意しましょう。

津波避難のポイント

海辺で地震の揺れを感じたら、ただちに避難

海辺で強い揺れや、弱くても長時間ゆっくりとした揺れを感じたときは、すぐに津波が来る可能性があります。津波警報・注意報の発表を待たず、ただちに海辺を離れて安全な高台に避難しましょう。

より安全な場所へ避難！

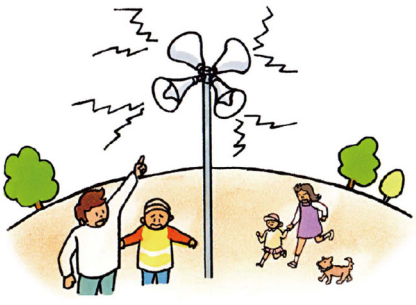
津波が来るときは、いかに早く安全な場所に避難するかが重要です。避難するのに十分な時間がないときは、無理に遠くへ逃げるのではなく、近くの安全な高台に避難しましょう。

徒歩で避難！

車での避難は、渋滞に巻き込まれ逃げ遅れてしまう恐れがあるので、なるべく徒歩で避難しましょう。

警報・注意報が出たらただちに避難！

その場で感じた揺れが、それほど大きくなくても（または揺れを感じなくても）津波は発生します。津波警報・注意報が出たら、ただちに避難しましょう。



10. 家族で話し合っておきましょう

実際に地震が発生したときのことを想定して、 次のことを家族で話し合っておきましょう。

役割分担の決定

- 地震が発生したときの､各自の役割を決めましょう。
- お年寄りや乳幼児がいるときは、保護担当者を決めましょう。

安全な空間を確保

- 家具の配置を工夫して、家の中に安全な空間を作りましょう。
- 家具の転倒・落下を防ぐ対策を決めましょう。

防災用具などの確認

- 消火器の使い方を覚えましょう。
- 消火器や救急箱などの置き場所を確認しましょう。
- 応急手当の方法を覚えましょう。

危険箇所の確認

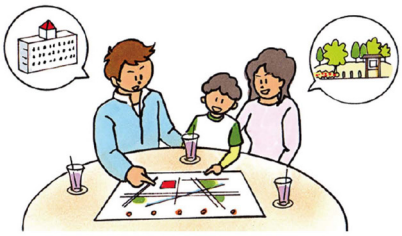
- 家の内外を確認して、危険箇所を探しましょう。
- 危ない箇所は補強し、安全確保について話し合いましょう。

非常用持出品の確認

- 必要な非常用持出品が揃っているか確認しましょう。
- 定期的に保存状態や使用期限を確認しましょう。

連絡方法と避難場所の確認

- 家族が離ればなれになったときの連絡方法や避難場所を決めましょう。
- 家族で避難経路などの下見をしましょう。
- 防災連絡カードを作り、携帯しましょう。



災害用伝言ダイヤル『171』を覚えておこう！

災害時は一般の電話がつながりにくくなります。
安否の確認などには､ＮＴＴの災害用伝言ダイヤルを活用しましょう。

災害用伝言ダイヤルの利用方法

171 にダイヤルする

（案内が流れます）

録音の場合は 1（録音の案内が流れます）

再生の場合は 2（再生の案内が流れます）

(000)000-0000

被災地の方は自宅の電話番号、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルして下さい。

伝言を録音する（30秒以内）

伝言を再生する（30秒以内）

また、携帯電話・ＰＨＳからは各電話会社による「災害用伝言板サービス」をご利用できます。

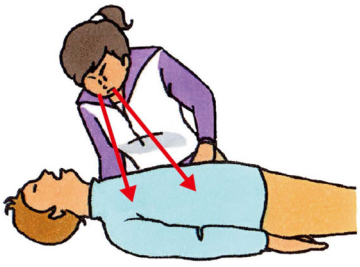
11．応急手当の方法（心肺蘇生法）

① 反応を確認する

◎ 呼びかけて、目を開けたり何らかの反応やしぐさがなければ「反応なし」と判断します。

② 助けを呼ぶ

③ 呼吸の確認をする



◎ 胸とお腹を見て、普段どおりの動きがなければ「呼吸なし」と判断します。

④ 胸骨圧迫（心臓マッサージ）

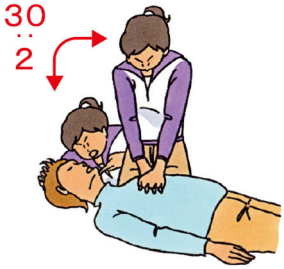
◎ 胸の真ん中を両手で「強く・速く・絶え間なく」圧迫します。

強　く・・・・・少なくとも５cm 沈むくらい
速　く・・・・・少なくとも１分間に１００回のテンポ
絶え間なく・・・できるだけ中断しないように

⑤ 人工呼吸

◎ 約１秒かけて、胸の上がりが見える程度の量を２回吹き込みます。
◎ 人工呼吸をためらう場合には人工呼吸を省略し、すぐに胸骨圧迫を行います。

⑥ 胸骨圧迫３０回と人工呼吸２回を救急隊に引き継ぐまで繰り返す



家族の連絡先

住　所			電話番号	
フリガナ				
氏　名				
生年月日 年齢・性別	年　月　日生 満　才　男・女	年　月　日生 満　才　男・女	年　月　日生 満　才　男・女	年　月　日生 満　才　男・女
血液型	Rh ± A　B　O　AB	Rh ± A　B　O　AB	Rh ± A　B　O　AB	Rh ± A　B　O　AB
携帯電話 番号				
携帯電話 メールアドレス				
勤務先・学校 名称				
勤務先・学校 所在地				
勤務先・学校 電話番号				
かかりつけの病院				
その他				

※ 不足する場合はコピーをとってお使い下さい。

11月５日は『津波防災の日』です。

平成23年6月、津波による被害から国民の生命・　身体及び財産を保護することを目的とする「津波対策の推進に関する法律」が制定され、この法律において11月5日は広く津波対策について理解と関心を深めるため『津波防災の日』と定められました。

浜田市津波ハザードマップ　作成：平成24年6月　島根県浜田市　総務部　安全安心推進課
〒697-8501 島根県浜田市殿町1番地 TEL 0855-25-9122（直通）HP：http://www.city.hamada.shimane.jp/